

もったいない クッキング

残りごはんで郷土食

うすやき

残りごはんをおやつにする、昔からの知恵の詰まったおばあちゃん、お母さんの味です。

材料（4人分）

【生地】

- ・小麦粉（地粉） 200g
- ・ご飯 お茶碗半分～1杯
- ・卵 1個
- ・重曹 小さじ1.5
- ・砂糖 大さじ2
- ・牛乳 150cc（好みの固さに調整）

【味噌たれ】

- ・味噌 大さじ1
- ・砂糖 大さじ1.5
- ・みりん 少々



作り方

- ① 小麦粉と重曹を混ぜておきます。
- ② ボウルに卵を溶き、そこに砂糖を加え、かき混ぜたら、粉を加えます。
- ③ 粉の堅さをみながら牛乳とご飯を入れる。
- ④ フライパンに油を熱し、生地をいっきにフライパンに流し込み、中火でゆっくり両面を焼く。
- ⑤ 出来あがった「うす焼き」を8等分に切り、その上に味噌たれをつけて完成です。

ちょっとひと工夫！

- 1人分ずつ小さく作ってもよい。
- 砂糖じょうゆ、みそマヨネーズ、ごまみそ、お好み焼きソースなどを付けて食べるとおいしい。
- 余った野菜やひじきなど、いろいろと入れると味が変わり楽しくいただけます。
- ベーキングパウダー小さじ1を加えると、少しふんわりした食感になります。